Esther

Antojos

- Tortitas de charales
- Huauhzontles en chile cascabel

$16.00
No.46

00046
7 503006 805745

Capeados y Rebozados

Esther

DIRECTORIO

CORPORATIVO FLOMON

DIRECTORA EDITORIAL
Rosario Ramos

DIRECTORA DE ARTE Y DISEÑO
Susana Rodríguez Morales

PRE-PRENSA DIGITAL
Aarón Olvera Vilcarin

EDITORIAL MANGO

CHEF ESTILISTA
Marquesha Talavera
Geraldine Ramírez

FOTOGRAFÍA
Luis G. Hernández

VENTA DE ESPACIOS PUBLICITARIOS
Tels.: 5559-6903, 5559 6399, 5559 3020 y 5559 3023

Correo electrónico
publicidad_tm1@hotmail.mx

Capeados y Rebozados

Y ahora, una edición sorprendente que te ayudará a romper la rutina en la cocina, mostrándote qué fácil es crear antojables platillos cubiertos. Planea sabrosos menús para toda la familia con *huauhzontles, chiles, sesos, charales, manzanas...*
¡dale rienda suelta a tu sazón!

Los editores

2 tips antojables
4 técnicas

Entradas
5 Aros de cebolla
6 Buñuelos de queso

Verduras
8 Huauzontles en chile cascabel
9 Coliflor enchipotlada
10 Chiles anchos con flor
11 Frituras de papa
12 Chipotles cubiertos
13 Berenjenas rebozadas

Carnes
14 Pollo rebozado
15 Sesos rebozados

Pescados y mariscos
16 Tortitas de charales
17 Tortitas de mariscos
18 Pescado frito a la tártara
19 Camarones con gabardina

Postres
20 Frituras de piña
21 Dulces fritos
22 Plátanos rebozados
23 Manzanas fritas

INSTITUTO VERIFICADOR DE MEXICO

CAPRICHOS Y ANTOJOS
Año 3. Núm. 46, 14 de enero de 2004. revista mensual

Editada por Editorial Mango S.A. de C.V., Editor Responsable Germán Flores Montiel. Número de Reserva al Título en Derechos de Autor 04-1998-070918485500-102. Certificado de Licitud de Título 10985. Certificado de Licitud de Contenido 7629. Oficinas en San Borja #1031 2o. piso, Col. Del Valle. C.P. 03100, México, D.F. Teléfono 55-59-30-20. Impresión en Offset Multicolor, S.A. de C.V., Calzada de la Viga No. 1132, Col. El Triunfo Tel. 5633-1182. Distribución D.F. Unión de Expendedores y Voceadores de México, A. C., con domicilio en Guerrero número 50 Colonia Guerrero, C.P. 06350. Teléfonos 55-91-34-00 y 55-91-13-01. Distribución Foránea y Locales Cerrados: Publicaciones CITEM, S.A. de C.V., Av. del Cristo No. 101 Col. Xocotitla, Tlalnepantla, Edo. de México, C.P. 54080. Tel.: 5238-0200

EL EDITOR NO SE HACE RESPONSABLE DEL CONTENIDO DE LOS ANUNCIOS, NI DE OFERTAS REALIZADAS POR LOS ANUNCIANTES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL. Copyright D.R. © Editorial Mango, S.A. de C.V. PRINTED AND MADE IN MEXICO
IMPRESA Y EDITADA EN MÉXICO
COLOMBIA: Distribuidoras Unidas. Tel.: 413-9500
VENEZUELA: Distribuidora Continental. Tel.: 406-4155

Para sugerencias y dudas, comunicate al tel.: 55-59-30-20 o a nuestro correo electrónico: dulcejasons@hotmail.com

Esther

Ideas

Que te ayudarán a hacer rendir tus platillos.

ACOMPAÑA EN DÍAS DE CALOR tus tortitas de papa rallada con una ensalada verde, puedes servir todo frío.

SI QUIERES CONVERTIR LOS BUÑUELOS de queso en plato fuerte acompáñalos de caldillo y sírvelos como albóndigas.

ACOMPAÑA TUS AROS DE CEBOLLA con salsa mil islas, les dará un sabor delicioso.

OTRA FORMA DE PREPARAR EL PESCADO es cortándolo en tiritas y después rebozarlo, resulta mucho más rendidor.

UNA BUENA OPCIÓN DE COMIDA RÁPIDA y muy llenadora es servir tacos con los chiles chipotles capeados. Ideal como botana para los domingos de fut.

OTRA MANERA DELICIOSA de cocinar los huauzontles es con salsa verde, combinan de maravilla.

Para que todo resulte

y se vea perfecto

PARA PODER FREÍR cualquier cosa, el aceite debe de estar muy caliente.

INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE FREÍR LOS ALIMENTOS, debes de escurrirlos sobre papel absorbente, para quitar el exceso de grasa.

ANTES DE MONTAR LAS CLARAS, te recomendamos que tanto el tazón y las aspas de la batidora los metas al congelador, para que estén fríos y te monten mejor.

CUANDO MONTES LAS CLARAS, a la mitad agrégale una pizca de cremor tártaro, les va a dar mayor fuerza.

PARA SABER SI YA ESTÁN MONTADAS LAS CLARAS, voltea de cabeza el tazón, si no se caen es que ya están listas.

EN LOS CAPEADOS, una vez que batiste las claras a punto de turrón agrega la yema con cuidado, le va a dar color y así no la tirarás.

Esther

Esther

Entradas

Aros de cebolla

Porciones 6 • Tiempo de Preparación 1 hora • Dificultad Muy Fácil

Ricas botanas para compartir a la hora de ver la tele o en la reunión informal.

2 cebollas, grandes
Agua tibia
1 pizca de sal

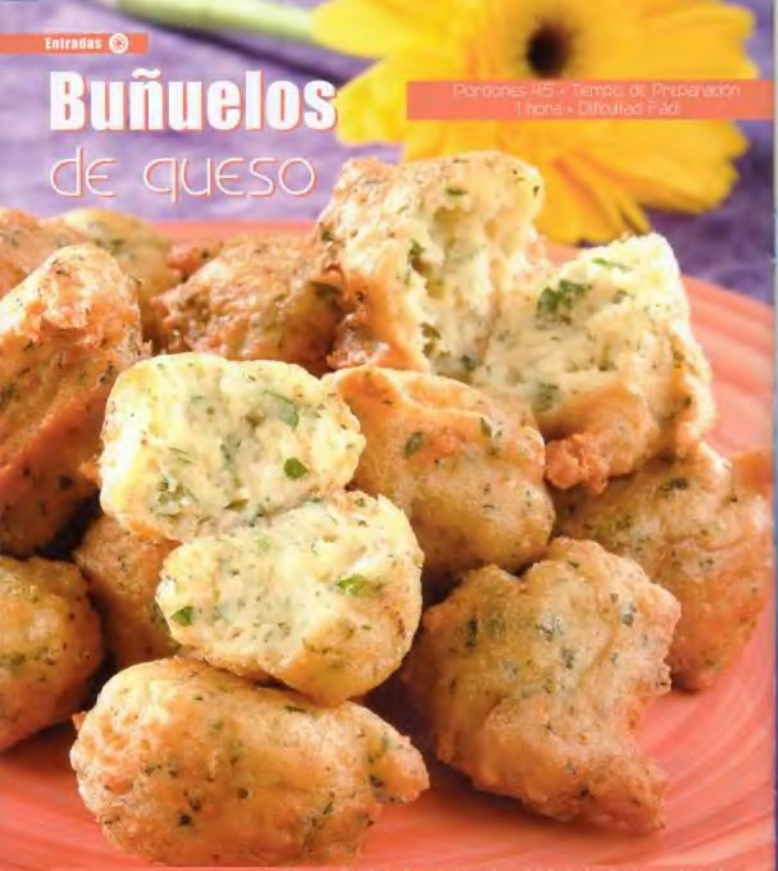
PASTA

2 yemas de huevo
3/4 taza de agua helada
3/4 taza de harina, cernida
Sal y pimienta, la necesaria
2 tazas de aceite para freír

- Pela las cebollas, rebánalas del lado del rabo para que te salgan los aros, en rebanadas de 5mm de grosor. Desllémalas en agua tibia con sal por un rato.
- **PASTA:** En un tazón coloca las yemas, agrega el agua, mezcla; agrega la harina revolviendo hasta que se deshagan los grumos, sazona con sal y pimienta. Reserva. Calienta el aceite en una sartén profunda.
- Escurre y seca los aros de cebolla, revuélvelos en harina, luego en la pasta que preparaste, fríelos en el aceite bien caliente hasta que estén dorados. Escúrrelos y sírvelos de inmediato.

Buñuelos de queso

Porciones: 45 • Tiempo de Preparación: 1 hora • Dificultad: Fácil



60 g de mantequilla, en trocitos
1/2 taza de agua
2/3 harina
1 pizca de sal y pimentón
3 huevos, batidos
1 taza de queso Oaxaca, rallado
1/2 cucharadita de pimienta y de sal
1/4 taza de perejil fresco picado
Suficiente aceite para freír

1. En una olla caliente el agua junto con la mantequilla, sal y pimentón; cuando empiece a hervir agrega la harina de golpe; mueve hasta que la masa se separe de las orillas y del fondo. Retira del fuego.

2. Bate la masa en la batidora hasta que se enfríe un poco; ve agregando los huevos uno a uno, bate hasta que la masa esté brillante y lisa. Añade el queso, perejil, sal y pimienta.

3. Calienta el aceite en una sartén profunda, cuando este caliente agrega con cuidado varias cucharadas llenas de la mezcla.

4. Fríe los buñuelos 5 minutos, dándoles vuelta de vez en cuando o hasta que estén dorados. Escúrrelos sobre papel absorbente.

Huauhzontles en chile cascabel

Son irresistibles servidos con su salsita bien caliente.

Porciones 6 • Tiempo de Preparación 1 hora • Dificultad Media

- *1 k de huauzontles*
- *250 g de queso panela*
- *5 huevos para capear*
- *1/2 taza de harina*
- *2 taza de aceite*

SALSA

- *1 pizca de cominos*
- *1 diente de ajo*
- *10 chiles cascabel, desvenados y remojados en agua hirviendo*
- *1/2 cebolla picada*
- *2 cucharaditas de aceite*

Corta con unas tijeras los ramitos de los huauzontles más gruesos de modo que te queden los más tiernos.

En agua con sal hirviendo ponlos a cocer 15 minutos o hasta que se sientan suaves, escúrrelos y exprímelos con tus manos para eliminar el agua.

Coloca en tu mano una capa de huauzontles, sobre ésta unas rebanadas de queso y tapa con otra capa de huauzontles, amarra cada paquetito con cordón para cocinar y reserva.

Bate las claras a punto de turrón e incorpora las yemas con movimientos suaves, espolvorea un poco de harina sobre los paquetitos de huauzontles, pásalos en el huevo batido y fríe en el aceite caliente, escurre y reserva.

SALSA: Muele los chiles remojados con el ajo, cominos, agua y sal. Calienta en una ollita el aceite y fríe la cebolla hasta que esté transparente, vierte la mezcla colada, deja sazonar y si está espesa añade un poco de agua.

Esther

Esther

Coliflor enchipotlada

- *1 coliflor mediana*
- *400 g de queso manchego*
- *3 huevos separados*
- *2 cucharadas de harina*
- *Aceite suficiente para freír*

SALSA

- *1 k de jitomates saladet*
- *1/2 cebolla*
- *2 dientes de ajo*
- *3 chiles chipotles adobados (al gusto)*
- *1 taza de puré de jitomate*
- *1 taza de agua*
- *1 cucharadita de aceite*
- *Sal y pimienta, la necesaria*

Cuece la coliflor *a baño maría*, tápala y cuando esté suave retira del fuego.

SALSA: Mientras, prepara la salsa asando los jitomates en un comal hasta que estén dorados por todos lados, lícualos con el ajo, chipotles y cebolla; cuela la mezcla. Calienta en una olla el aceite y vierte el jitomate colado, deja que hierva a fuego medio, añade el puré, continúa cocinando, sazona con sal; añádele la taza de agua si la sientes espesa. Deja cocinar hasta que el jitomate tome color oscuro.

Toma un ramillete de la coliflor y rellena con el queso manchego en trocitos, una vez rellena presiona fuerte el ramillete, para que el agua salga y sea más fácil el proceso de capear.

Bate las claras hasta que estén a punto de turrón, añade las yemas y mezcla suavemente. Calienta el aceite en una sartén profunda, enharina ligero las tortitas y pásalas por el huevo batido, fríe por todos lados hasta que estén doraditas y retira del aceite, Escurre.

Porciones 4 • Tiempo de Preparación 1 hora • Dificultad Media

Un suculento platillo elaborado para darle gusto al gusto.

Chiles anchos con flor

- 4 *chiles anchos grandes*
- 3 *manojos de flor de calabaza, limpios y lavados*
- 2 *dientes de ajo, picados finamente*
- 1/2 *cebolla, picada finamente*
- 2 *cucharadas de aceite*
- 5 *hojas de epazote, picadas*
- 2 *huevos separados en claras y yemas*
- 1/2 *taza de harina*
- *Aceite para freír*

SALSA DE POBLANO

- 4 *chiles poblanos asados, pelados y sin semillas*
- 1/4 *cebolla*
- 2 *cucharadas de mantequilla*
- 1 *taza de crema*
- 2 *tazas de leche*
- 2 *cucharadas de consomé de pollo en polvo*
- *Sal y pimienta, la necesaria*

Elige chiles anchos grandes, con cuidado corta un extremo, retira semillas y venas. Pon a hervir en una olla agua con sal, una vez que hierva coloca los chiles dentro y deja remojar 25 minutos, pasado este tiempo retira del agua y deja que se escurran.

En una sartén calienta el aceite y fríe cebolla y ajo hasta que estén transparentes, añade el epazote y deja freír 2 minutos, agrega la flor, tapa la sartén y deja cocinar 5 minutos, destapa y mueve con una cuchara, sazona con sal y deja cocinar 5 minutos. Retira del fuego y deja enfriar. Rellena tus chiles con la flor.

Bate las claras a punto de turrón e incorpora suavemente las yemas. Enharina los chiles y pásalos por el huevo batido. Fríe en el aceite caliente hasta que doren. Sirve con salsa de poblano.

SALSA DE POBLANOS: Licua la crema con los chiles poblanos y el cuarto de cebolla, derrite la mantequilla en una ollita y vierte la salsa en ella, añade la leche y sazona con el consomé de pollo en polvo, deja que hierva a fuego bajo 10 minutos.

Un platillo exótico, para regalar a tus invitados cualquier día del año.

Porciones 4 • Tiempo de Preparación 1 hora más remojo • Dificultad Media

Esther

Esther

Frituras de papa

Porciones 10 • Tiempo de Preparación 40 minutos • Dificultad Fácil

El puré de manzana como acompañante y adorno en el plato es indiscutible.

1/2 k de papas
1 cebolla
2 cucharadas de harina
1/2 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de pimienta negra
1 huevo, batido
Aceite de oliva

- Ralla las papas y cebolla en un tazón, agrega agua y deja reposar; cambia el agua varias veces enjuagando las papas; escúrrelas y sécalas con un trapo limpio.
- En otro tazón coloca harina, sal y pimienta; agrega las papas y cebolla, por último añade el huevo. Mezcla.
- Calienta una sartén grande con aceite, agrega cucharadas de papa separadas unas de otras, fríelas de ambos lados. Escúrrelas sobre papel absorbente.

Porciones 4
• Tiempo de Preparación 1 hora mas 1 noche de macerado • Dificultad Media

Chipotles cubiertos

Fríelos en el aceite bien caliente hasta que estén doraditos. Son exquisitos con caldillo de jitomate.

12 chiles chipotles secos
1 cono de piloncillo
1 l de agua
4 huevos
1/2 taza de harina
Aceite para freír
360 g de queso crema
4 tazas de caldillo de jitomate

- En una olla coloca el agua con el piloncillo y los chiles, deja que hiervan 15 minutos y en esa misma agua deja macerar toda la noche, al día siguiente vuelve a hervir y deja enfriar en la misma agua.
- Ya fríos, abre cada chile, retira semillas y venas procurando no maltratarlo. Deja que escurran y rellena cada chile con el queso crema.
- Bate las claras a punto de turrón y después incorpora suavemente las yemas. Enharina los chiles y pásalos por el huevo batido.

Esther

Esther

Berenjenas rebozadas

Su especial sabor aumenta al rebozarlas y servirlas con la salsa de yoghurt.

- *1 berenjena grande y larga*
- *1 cucharada de sal*
- *2 cucharadas de harina*
- *1 pizca de pimienta*
- *3/4 taza de harina, cernida*
- *2 huevos, batidos*
- *1/2 taza de cerveza fría*
- *2 cucharaditas de jugo de limón*
- *1 taza de aceite para freír*

SALSA DE YOGHURT

- *200 g de yoghurt natural*
- *2 cucharadas de cebolla rallada*
- *1/2 cucharadita de hierbobuena picada*
- *Sal, al gusto*
- *1 pizca de cilantro y comino, molido*

SALSA DE YOGHURT: Mezcla todos los ingredientes en un tazón, tapa con plástico y reserva en el refrigerador.

Corta la berenjena en rodajas de 5 mm de grosor. Colócalas en un refractario y espolvoréalas de sal por los dos lados para que suden; enjuágalas, escúrrelas y sécalas con papel absorbente.

Mezcla las 2 cucharadas de harina con la pimienta sobre de un plato; enharina las berenjenas.

En un tazón mezcla la harina restante, los huevos, cerveza, jugo de limon y sal; bate hasta que se deshagan los grumos.

Calienta el aceite. Pasa las berenjenas por la pasta y luego por el aceite bien caliente por 2 minutos o hasta que estén doradas y crujientes. Reboza el resto de las berenjenas.

Porciones 4 • Tiempo de Preparación 1 1/2 horas • Dificultad Fácil

Pollo rebozado

Porciones 2 • Tiempo de Preparación 40 minutos • Dificultad Fácil

El jugo de 1 limón
1 cucharadita de sal
Pimienta blanca molida
1 pizca de mejorana en polvo
1 pizca de tomillo seco
1 pechuga de pollo deshuesada, sin piel y cortada en fajitas
1 cucharada de aceite de oliva
50 g *de mantequilla*
3 cucharadas de harina
1 huevo grande batido como para tortilla
2 cucharaditas de salsa inglesa
Unas gotas de salsa picante
100 g *de queso manchego rallado*

❀ En un tazón mezcla el jugo de limón con la sal, pimienta, tomillo y mejorana; pon a marinar el pollo unos 20 minutos para que tome sabor.

❀ En otro tazón bate el huevo con la salsa inglesa y la picante, caliente el aceite con la mantequilla en una sartén. Pasa las fajitas de pollo por la harina, sacude el exceso y sumérgelas en el huevo, fríelas 5 minutos por cada lado.

❀ Una vez frito y doradito, coloca el pollo en un recipiente para horno, espolvorea el queso encima. Justo antes de servir, hornea unos minutos o hasta que el queso se gratine.

Esther

Esther

Sesos rebozados

Pondones 4 • Tiempo de Preparación 1 hora • Dificultad Fácil

Pruébalos, su sabor es realmente de una exquisitez insospechada. Lo ideal es servirlos recién hechos.

- *1 seso de res*
- *1 taza de harina*
- *1 diente de ajo*
- *1/2 cebolla*
- *Sal, la necesaria*
- *1/2 taza de aceite de oliva*
- *1/2 taza de aceite de cártamo*
- *2 huevos batidos como para tortilla*

Lava los sesos en agua fría y retira la membrana que los envuelve, después ponlos a cocer en agua hirviendo con ajo y cebolla 20 minutos, retíralos del agua y déjalos enfriar.

Una vez fríos rebánalos con un cuchillo filoso en rebanadas de medio centímetros de grueso, pásalos por la harina y después por el huevo batido con sal.

Fríe los sesos por tandas en al aceite bien caliente hasta que tengan un color dorado.

Esther

Tortitas de mariscos

Porciones 20 • Tiempo de Preparación 1 hora • Dificultad Fácil

Calientitas, acompañadas de mayonesa o del aderezo de tu preferencia... para chuparse los dedos.

- *200 g de carne de cangrejo, escurrido*
- *250 g de camarones pacotilla, picados*
- *2 cucharaditas de jugo de limón*
- *1/4 de cebollo, picada finamente*
- *1 pizca de sal*
- *1 huevo, batido*
- *2/3 taza de harina, cernida*
- *1/3 taza de cerveza fría*
- *2/3 taza de aceite*
- *1 taza de mayonesa o aderezo de tu preferencia*

En un tazón mezcla el cangrejo, camarones, jugo de limón, cebolla, sal y huevo batido. Agrega harina y cerveza, bate hasta que todos los ingredientes estén mezclados. Rectifica la sazón.

Calienta un poco del aceite en una sartén grande de fondo grueso. Pon varias cucharadas bien llenas de la mezcla separadas entre sí, aplástalas ligeramente.

Fríe a fuego medio por los dos lados hasta que doren. Escúrrelas sobre papel absorbente.

Pescado frito a la tártara

Porciones 4 • Tiempo de Preparación 1 hora 30 minutos • Dificultad Fácil

- *4 filetes de pescado*
- *Harina para rebozar*
- *Sal y pimienta*
- *150 g de harina*
- *1 pizca de sal*
- *1 huevo ligeramente batido*
- *1 taza de cerveza*

SALSA TÁRTARA

- *1 taza de mayonesa*
- *1/2 limón exprimido*
- *1 limón, la cáscara rallada*
- *1 pepinillo picado*
- *2 cucharaditas de alcaparras, escurridas y picadas*
- *1 cucharadita de perejil fresco picado*

SALSA TÁRTARA: Mezcla los ingredientes en un tazón, tápalo con plástico y refrigera hasta la hora de servir.

En un tazón mezcla la harina, sal, huevo y cerveza hasta que te quede una mezcla ligera.

Sazona el pescado con sal y pimienta. Rebózalo en la harina, sumérgelo en la pasta y fríelo en suficiente aceite caliente hasta que esté dorado y crujiente. Sirve acompañados los filetes de pescado con la salsa tártara.

Esther

Esther

Camarones con gabardina

Servidos calientes o fríos son sencillamente deliciosos.

16 camarones grandes
2 tazas de harina cernida
4 huevos
1 cucharadita de polvo para hornear
1/2 cucharadita de sal
Pimienta, la necesaria
3/4 de taza de leche
Aceite para freír

- Pela los camarones crudos pero déjales la colita, retira la vena de la parte superior y corta por la parte inferior en forma transversal la mitad del camarón para darle la forma de mariposa.
- Pon a hervir agua con sal, cuando haya soltado el hervor introduce los camarones, cuando vuelva a soltar el hervor y los camarones tengan el clásico color naranja retíralos del agua y escúrrelos.
- Mientras se escurren, prepara la gabardina mezclando harina, polvo para hornear, sal, pimienta y huevos en un tazón; bate muy bien con un batidor globo, añade la leche poco a poco hasta que la masa tenga la consistencia de atole espeso. Si es necesario agrega más leche.
- Seca con papel absorbente cualquier exceso de agua en los camarones, calienta el aceite en una sartén e introduce los camarones en la gabardina, escurre el exceso y fríe hasta que tengan un color dorado. Escurre sobre papel absorbente el exceso de grasa.

Porciones 4 • Tiempo de Preparación 30 minutos • Dificultad Fácil

Frituras de piña

Porciones 6 • Tiempo de Preparación 1 hora • Dificultad Fácil

- **450 g** *de rebanadas de piña, en almíbar y escurridas*
- **1/2** *taza de harina, cernida*
- **1** *cucharadita de azúcar*
- **1/2** *taza de agua mineral con gas, fría*
- **1** *huevo*
- *Aceite para freír*
- **5** *cucharadas de azúcar y canela*

1. Coloca las rodajas de piña sobre papel absorbente y sécalas perfectamente.
2. En un tazón mezcla la harina con el azúcar, agrega el agua y el huevo, bate hasta que ya no tenga grumos. Tapa con plástico y deja reposar 20 minutos en el refrigerador.
3. Calienta suficiente aceite en una sartén grande y de fondo grueso. Hunde las rodajas de piña en la pasta, escúrrelas y fríelas en el aceite hasta que estén doradas y crujientes. Sácalas con cuidado con una espumadera, escúrrelas en papel absorbente. Espolvoréalas con azúcar y canela.

Esther

Esther

Dulces fritos

USA Rice

Rendimiento 12 tortitas • Tiempo de Preparación 1 hora • Dificultad Fácil

1/3 taza de pasitas
2 cucharadas de jugo de limón
1 cucharadita de ralladura de limón
2 huevos, separada la yema de la clara
1 yema de huevo
1 pizca de sal
1/3 taza de harina
1 cucharada de azúcar
2/3 taza de arroz cocido
30 g de mantequilla
2 cucharadas de azúcar
1/4 cucharadita de canela en polvo
Azúcar glass para espolvorear

① En un tazón mezcla las pasas, ralladura y jugo de limón. Reserva.

② En otro tazón mezcla las 3 yemas con la sal, harina y azúcar, bate hasta que este bien mezclado. Agrega el arroz, las pasas y canela.

③ Aparte, bate las claras a punto de turrón, incorpóralas a la mezcla del arroz en forma envolvente hasta que todo este integrado.

④ Calienta en una sartén la mantequilla. Fríe cucharadas de la mezcla a fuego suave por ambos lados hasta que estén doradas y hechas por el centro. Espolvoréalas de azúcar glass antes de servirlas.

Plátanos rebozados

Un antojo merecido para los momentos de descanso.

Porciones: 4 • Tiempo de Preparación: 30 minutos • Dificultad: Muy Fácil

- *5 plátanos, grandes firmes*
- *2 cucharadas de harina*
- *1 huevo, batido*
- *1/2 taza de pan rallado*
- *2 cucharadas de almendras molidas*
- *1/2 cucharadita de canela molida*
- *60 g de mantequilla*
- *1/4 taza de aceite*
- *helado de chocolate para acompañar*

Corta los plátanos por la mitad a lo largo y cada mitad también a lo largo.

Pásalos ligeramente por harina, sacudiendo la sobrante; sumerge en el huevo, varios trozos a la vez y pásalos por el pan rallado mezclado con las almendras y canela.

Calienta la mantequilla y el aceite en una sartén grande de fondo grueso. Añade una tanda de plátanos y fríelos a fuego medio hasta que estén dorados de ambos lados. Escúrrelos en papel absorbente.

Sirve de inmediato acompañado de helado de chocolate.

Esther

Esther

Manzanas fritas

1/4 taza de harina
1/2 cucharadita de azúcar
1 cucharada de ajonjolí
1 clara de huevo
1 cucharada de agua helada
2 manzanas, verdes, peladas y cortadas en 8
Aceite para freír
1 cucharada de ajonjolí tostado, para espolvorear
1/2 taza de miel de maple

- En un tazón mezcla la harina, azúcar y ajonjolí; mezcla con la clara de huevo y el agua, bate hasta que se incorpore y la mezcla no tenga grumos.
- Calienta el aceite en una sartén. Hecha varias manzanas a la pasta, remueve con un tenedor para cubrirlas. Sácalas, escurre la pasta sobrante y con cuidado ponlas en el aceite hasta que queden ligeramente doradas y crujientes. Escúrrelas en papel absorbente.

Porciones 4 • Tiempo de Preparación 45 minutos • Dificultad Fácil

Son más sabrosas bañadas con la miel de maple y espolvoreadas con ajonjolí dorado.

Record Guinness

Entusiastas médicos mexicanos, imponen en Mazatlán, Sin. el record del Guacamole más grande del mundo ¡ 1,438.5 k ! quienes al final del evento degustaron la deliciosa salsa. El laboratorio farmacéutico Organon Mexicana (con anticonceptivos como Novial y medicamentos para la terapia de reemplazo hormonal como Livial) patrocinador oficial del evento, enviará la documentación a las oficinas centrales de *Guinness World Records*.

Revistas Atrasadas

¿Deseas completar tu colección?

Sigue las indicaciones:

1. Deposita en BANORTE
2. Cta. 67942-6 Sucursal 002
3. A favor de EDITORIAL MANGO, S.A. DE C.V.
4. De cada ejemplar atrasado el precio de portada + $ 15.00 por gastos de envío, por ejemplar atrasado.
5. Faxea tu solicitud y la ficha de depósito (por ambos lados) al 55 59 30 20 ext. 114

¡ GUSTOSOS TE LAS ENVIAREMOS POR CORREO !

Glosario

Para la mejor comprensión de esta edición en otros países de Latinoamérica, incluimos Glosario de términos.

A

Aceituna: Oliva
Aguacate: Palta, Abacate, Cura, Avocado
Alcachofas: Alcauciles, artichoke
Almíbar: Jarabe de azúcar, Miel de azúcar
Azúcar glass: Azúcar pulverizada, Azúcar impalpable, Azúcar para cubiertas, Azúcar flor, Azúcar polvo, Pulverizada, Azúcar lustre
Azúcar moreno: Azúcar morena, Azúcar sin refinar
Azúcar: Azúcar de caña

B

Betabel: Remolacha, Betarraga, Beet, Beterava

C

Cacahuate: Maní
Calabacitas: Calabacines, Zucchini, Zapallo, Corgette
Camarón: Quisquillas, Gambas
Camote: Batata, Boniato, Papa dulce, Moñato
Caramelizar: Caramerizar
Cerdo: Chancho, Puerco, Cochinillo, Marrano, Cochi
Cerezas: Guindas
Cernidor: Cedazo, Cernidor, Ayate, Tamiz
Cilantro: Culantro, Corinder
Ciruela: Cojote
Ciruelas Pasas: Guindones, Almeixas
Crema: Nata de leche

Ch

Chabacano: Albaricoque, Damasco, Durazno
Champiñón: Champignon, Callampa, Hongo, Seta
Chícharos: Arvejas, guisantes
Chile: Pimiento picante,ají
Chocolate: Cacao
Chorizo: Longaniza, Butifarra

D

Durazno: Melocotón

E

Échalote: Chalote, Cebolla escalonia, Shallot
Ejotes: Habichuelas, Vainitas
Elote: Maíz tierno, Mazorca, Jojoto, Chocolo

F

Frambuesa: Zarzamora, Mora
Fresa: Frutilla, Fresón, Morango
Frijoles: Judías, Porotos, Caraotas, Frijol, Fréjol, Frisol, Alubias, Guandú, Feijoes
Fruta cristalizada: Fruta confitada

G

Galletas: Bizcocho
Granola: Muesli
Grenetina: Gelatina, Jaletina, Gelatin, Jelly
Guachinango: Pargo rojo
Guajolote: Pavo, Bimbo

H

Hierbabuena: Menta
Hojaldre: Hojaldra, Hojaldrie, Mil hojas

K

Kiwi: Caqui

L

Lima: Limón dulce
Limón: Citrón, Lemon

M

Mandarina: Nectarina, Nectarín
Manteca: Grasa, Mantequilla
Maracuyá: Maracuyá, Granadita de china, Parchita, Pasionaria, Chinola, Anoná, Fruta de la pasión
Medallón: Turnedo, Tajada
Mejillón: Choro, Cholga, Choto
Melón: Melón zapote, Melao
Merengues: Besitos, Batido de huevo y azúcar
Miel de caña: Melaza, Guarapo, Melao de caña

N

Níspero: Sapótilla, Chicozapote
Nuez Moscada: Macís

P

Pancita: Callos, Mondongo, Librillo, Güatita
Papaya: Mamón, Fruta bomba
Pasitas: Pasas de uva, Pasas, Uvas pasas
Pay: Tarta, Bizcocho, Galleta, Pastel, Pie
Pepino: Cohombro
Piloncillo: Azúcar negra, Chancaca, Panela, Azúcar prieta
Piña: Ananá
Pistache: Pistaché, pistacho
Plátano: Cambur, Banano, Banana, Guineo
Poro: Puerro

R

Rebanada: Lonja, Loncha, Chulla

S

Sandía: Melón de agua

T

Toronja: Pomelo
Tuna: Higos de Tuna, Higos de cactus, Higos chumbos

V

Verdolaga: Purslane
Vísceras: Menudo, Chinchurria, Achuras

Esther